Contenido

Tips 2
La fresa 3
Vocabulario 11

Tarta de fresa y nuez 4
Pastel frasier 5
Pastel helado de fresas 6
Poema de limón y queso 7
Helado de choco menta 8
Sorpresas panquecitos hojaldrados 9
Gelatina de avena y manzana 10
Pastel capuchino 12

Tarta de rompope con fresas cristalizadas 14
Mini bocadillos 15
Tarta de queso con fresas 16
Brownies de manzana y canela 18
Gelatina de natilla de coco 19
Rollos de durazno 20
Strudel de fresa con queso 22
Roles de amaranto y pasas 24
Galletas integrales 25
Galletas de pistache 26
Pastel de kiwi 28
Berlinesas 30
Mousse de cinco frutas 31
Pay de yoghurt de fresa 32

Gelatina de avena y manzana

10 porciones

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 25 minutos + refrigeración

Ingredientes:

- 5 cucharadas de grenetina
- 1 taza de agua
- 1 lata de leche condensada
- 2 cucharadas de vainilla
- 1 taza de avena molida
- 3 cucharadas de canela en polvo
- 1 litro de jugo de manzana
- Aceite para el molde

Para decorar

- Frambuesas

Utensilios

- 1 molde de rosca de 20 cm con capacidad para 2 litros

Manera de preparar:

1. Hidrata la grenetina en el agua y diluye a baño María o en el horno de microondas durante 25 segundos; reserva.
2. Licua la leche condensada, la vainilla, la avena y la canela en polvo.
3. Agrega la grenetina hidratada con la licuadora encendida e incorpora el jugo; sigue licuando hasta que se muela perfectamente.
4. Unta el molde con aceite ayudándote con una servilleta para evitar excesos, vierte lo licuado al molde y refrigera por dos horas. Desmolda.
5. Decora al gusto.

VOCABULARIO

1. **Fundir:** Acción de deshacer algún ingrediente sometido al calor.

2. **Bañar:** Acción de mojar algún producto.

3. **Punto de turrón:** Batir claras hasta espumar y al momento que voltees el tazón, ya no deberán de caerse.

4. **Batir a quedar firme:** Se refiere a lograr textura firme en una crema en la que podrás formar picos y no se caerá.

5. **Hidratar:** Agregar un líquido a ingredientes como grenetina para que se moje completamente.

6. **Diluir:** Deshacer una preparación en un líquido.

7. **Verter:** Vaciar una preparación a un molde.

8. **Cuajar:** Acción de dejar solidificar o que la grenetina actúe sobre algún postre, de preferencia en refrigeración.

9. **Oxidación:** Cambio físico y químico que sufre la fruta al comenzar a tornarse café, esto sucede cuando abrimos una fruta y la dejamos a la intemperie.

10. **Untar:** Aplicar suavemente alguna preparación sobre la superficie de otra.

11. **Consistencia.** Se refiere a la textura que debe adquirir un producto.

www.grupofers.com.mx

Contamos con:
Talleres semanales y sabatinos
Cursos especiales para clientes foráneos

Pregunte por nuestros nuevos cursos:
Pastelería árabe
Nuevas técnicas en repostería
Postres al plato

Además los cursos de:
* Bocadillos
* Canapés
* Corte y talle de frutas y verduras
* Decoración de pasteles
* Fondant
* Galletería
* Pastelería en ocho niveles
* Panadería en doce niveles
* Chocolatería en tres niveles
* Gelatina en dos niveles
* Comida china
* Comida japonesa
* Pastas italianas
* Ensaladas
* Comida internacional

Podemos ofrecer capacitación en cualquiera de nuestros centros:

Calle Rio Bamba #737
Local 5 Col. Lindavista
Tel.: 5781-0313

En Lindavista:
Tel. 5781-6780

Y ahora también en Tlalnepantla:
Tel.: 2628-2150

Pastel
capuchino **Fer's**

10 porciones

Ingredientes:

- 6 huevos
- 1 lata de leche condensada
- 1 cucharada de esencia de café
- 130 gr de harina
- 30 gr de cocoa
- 1 cucharadita de polvo para hornear

Para el relleno y la cubierta

- 200 gr de chocolate semiamargo
- 90 ml de crema
- 60 gr de mantequilla
- 15 ml de ron
- 250 ml de crema de chocolate batida
- Piezas de chocolate para decorar

Utensilios

- 1 molde de 30 cm de diámetro, engrasado y enharinado

Manera de preparar:

1. Para el bizcocho, bate los huevos enteros hasta que doblen su tamaño, agrega la leche condensada y la esencia. Incorpora la harina, la cocoa y el polvo para hornear.
2. Vacía al molde y hornea a 180 °C durante 30 minutos.
3. Prepara la cubierta fundiendo el chocolate a baño María o en el horno de microondas, agrega la crema tibia y la mantequilla hasta que se disuelva.
4. Cuando el pan esté frío, córtalo por la mitad. Pon una capa, cubre con la crema de chocolate mezclada con el ron y coloca la segunda capa de pan.
5. Cubre todo el pastel con el chocolate fundido y decora con las piezas de chocolate.

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 50 minutos + horneado

Tarta de **rompope** con **fresas** cristalizadas **Fer's**

10 porciones

Ingredientes:

Para la costra

- 100 gr de mantequilla
- 100 gr de azúcar
- 2 huevos
- 200 gr de harina
- 1 cucharada de vainilla

Para el relleno:

- 140 gr de chocolate blanco
- 5 gr de grenetina disuelta en 1/4 de taza de agua
- 300 gr de crema batida
- 1/2 lata de leche condensada
- 1/4 de taza de rompope

Para decorar:

- Azúcar glass
- Fresas partidas
- Clara de huevo

Manera de preparar:

1. Para la costra, acrema la mantequilla e incorpora el azúcar, el huevo, la harina y la vainilla hasta formar una masa que se despegue de la mesa.
2. Extiéndela con un rodillo y forra un molde para tarta. Hornea a 180 °C por 20 minutos. Deja enfriar y reserva.
3. Para el relleno, funde el chocolate y agrega la grenetina hidratada y líquida. Integra la crema batida con la leche condensada y el rompope; integra a la mezcla anterior.
4. Vacía a la costra, espolvorea con azúcar glass y decora con las fresas, previamente barnizadas con la clara de huevo y espolvoreadas con azúcar glass.

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 30 minutos

Mini bocadillos **Fer's**

30 piezas

Grado de dificultad: media
Tiempo de preparación: 30 minutos + horneado

Ingredientes:

- 200 gr de mantequilla
- 125 ml de leche condensada
- 2 huevos
- 1 cucharadita de esencia de nuez
- 175 gr de harina
- 50 ml de leche
- 1 cucharadita de polvo para hornear

Para el glass:

- 250 gr de azúcar glass
- 1 clara
- 1 limón, el jugo
- Color vegetal rojo, café, verde y amarillo
- Blueberries y frambuesas para decorar
- Confetti metálico para decorar

Utensilios

- Capacillos, los necesarios

Manera de preparar:

1. Acrema la mantequilla, incorpora la leche condensada, los huevos y la esencia; mezcla hasta que quede homogéneo.
2. Incorpora la harina conla leche y el polvo para hornear en forma envolvente.
3. Vacía a los mini capacillos y hornea a 180 °C por 20 minutos; deja enfriar.
4. Para el glass, cierne el azúcar y agrega la clara batiendo constantemente; incorpora el jugo de limón.
5. Pinta un poco de glass de rojo para simular cerezas, otro de café para hacer los marcos, otro de verde para las hojas, otro de amarillo para los decorados.
6. Cubre los panqués con glass blanco y decora al gusto.

Pasteles
5582-8475
y algo más

¿Tienes una fiesta o reunión importante y no sabes qué hacer para deleitar a tus invitados?

Nosotros te ayudamos con un hermoso detalle:

Pasteles, gelatinas, galletas, pays, chocolates y más...

Excelentes decorados con el motivo que desees.

Nuestros pasteles con sabor casero y nuestras gelatinas naturales garantizan la calidad de nuestro trabajo.

Atención personalizada de Lucy Reyes

Llámanos al teléfono

5582-8475

Tarta de queso con fresas

12 porciones

Ingredientes:

Para la base:

- 2 paquetes de galletas Marías trituradas
- 1 taza de mantequilla derretida

Para el relleno:

- 1 cucharada de grenetina
- 1/2 taza de agua
- 1 paquete de queso crema
- 1/2 lata de leche condensada
- 1/2 taza de leche entera
- Chocolate fundido
- 200 gr de fresas

Utensilios

- 1 molde para tarta de 22 cm de diámetro

Manera de preparar:

1. Precalienta el horno a 180 °C.
2. Mezcla las galletas con la mantequilla derretida y forra el interior del molde. Hornea por 15 minutos. Reserva.
3. Para el relleno, hidrata la grenetina en el agua y diluye a baño María o en el horno de microondas por 20 segundos.
4. Licua el queso crema, la leche condensada y la leche entera; añade la grenetina hidratada y vacíala a la base que horneaste. Refrigera hasta que cuaje.
5. Decora con líneas de chocolate fundido y acomoda las fresas sobre el relleno.

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 40 minutos + tiempo de refrigeración

Brownies de **manzana** con **canela**

Ingredientes:

- 70 gr de chocolate semiamargo
- 125 gr de mantequilla
- 2 huevos
- 1/2 lata de leche condensada
- 60 gr de harina
- 20 gr de canela en polvo
- 1 manzana picada en cuadritos
- 50 gr de nueces picadas
- Azucar glass para decorar

Utensilios

- 1 molde rectangular, engrasado

Manera de preparar:

1. Precalienta el horno a 180 °C.
2. Pica el chocolate en trozos y derrítelo a baño María. Reserva.
3. Funde la mantequilla. Reserva.
4. En un recipiente mezcla los huevos con la leche condensada, la mantequilla y el chocolate; mezcla perfectamente.
5. Añade la harina, la canela, la manzana picada y las nueces en forma envolvente.
6. Vacía al molde y hornea por 40 minutos.
7. Desmolda y espolvorea con azúcar glass.

10 porciones

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 1 hora

Gelatina de **natilla** de **coco**

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 25 minutos + refrigeración

12 porciones

Ingredientes:

- 14 gr de grenetina
- 1/2 taza de agua
- 1 litro de leche entera
- 1/2 lata de leche condensada
- 1 sobre de fécula de maiz sabor coco
- 1 cucharadita de esencia de coco
- Coco rallado y tostado para decorar

Utensilios

- 1 molde

Manera de preparar:

1. Hidrata la grenetina en el agua y disuélvela a baño María. Reserva.
2. Pon al fuego la leche entera con la leche condensada, cuando comience a hervir, agrega el sobre de fécula de maíz sabor coco, mueve bien hasta disolver los grumos. Incorpora la grenetina hidratada y la esencia de coco.
3. Vacía al molde y refrigera hasta que cuaje.
4. Desmolda la gelatina y decora con el coco rallado.

TIPS

1. Para el cuidado de tus moldes nunca cortes los panes, pasteles o gelatinas dentro de estos porque se pueden rallar y maltratar.

2. Te recomendamos que desmoldes tus panes y pasteles 10 minutos después de sacarlos del horno. Hazlo sobre una rejilla o sobre un papel de estraza con azúcar para que no se peguen.

3. Cuando decores un postre, recuerda que el contraste de colores es fundamental para darle una buena vista, utiliza frutas frescas de temporada y en buen estado, y realiza cortes uniformes.

4. Te recomendamos que al momento de engrasar tus moldes para pan o pastel, lo hagas con la grasa espesa a punto de pomada; engrasa las esquinas y ángulos, después enharina para poder desmoldar fácilmente.

5. Cuando agregues fruta de relleno a la mezcla de pastel en crudo, primero enharínala para evitar que se hundan.

6. Cuando refrigeres una masa, déjala un par de minutos a que se tempere ligeramente para que la puedas utilizar. Si te encuentras en un lugar caliente (30 °C) conserva la masa en refrigeración y sólo saca la que necesites.

7. Cuando uses fruta como plátano, manzana o pera en rebanadas o en trozos, úntala con un poco de jugo de limón, para evitar que se oxide y cambie de color.

8. Las gelatinas se pueden preparar y dejar cuajar en moldes de diferentes materiales como vidrio, plástico, aluminio, mica, etc. Es recomendable untarlos con un poco de aceite antes de verter la gelatina, para que se desmolde fácilmente.

9. Para que la gelatina se desmolde de manera fácil y rápida, vierte la gelatina tibia y no caliente en el molde.

10. Para comprobar que un pan dentro del horno ya está cocido, fíjate que esté firme al tacto, sobre todo la parte central. También puedes utilizar un cuchillo o palillo e introducirlo en la parte central del pan y éste debe salir limpio.

11. La mousse es un postre ligero; su significado en español es 'espuma'.Te recomendamos, que cuando ya esté listo, lo mantengas en refrigeración, y consúmelo antes de dos días, pues se irá secando y cambiará su consistencia.

Rollos de durazno

10 porciones

Ingredientes:

Para el pan

- 5 claras
- 125 gr de azúcar
- 5 yemas
- 125 gr de harina

Para el relleno

- 500 de crema para batir
- 1/2 lata de leche condensada
- 3 duraznos

Utensilios

- 1 charola engrasada

Manera de preparar:

1. Precalienta el horno a 180 °C.
2. Para el pan, bate las claras y agrega la azúcar poco a poco hasta punto de merengue. Añade las yemas e incorpora perfectamente.
3. Incorpora la harina de manera envolvente.
4. Vacía a la charola y hornea de 10 a 12 minutos. Deja enfriar y reserva.
5. Para el relleno, bate la crema hasta doblar su volumen y añade la leche condensada en forma envolvente.
6. Unta una tapa de crema y duraznos picaditos. Enrolla, corta y disfruta.

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 1 hora

Strudel de **fresa** con **queso**

12 porciones

Ingredientes:

Para el hojaldre envinado

- 250 gr de harina
- 10 gr o 1 cucharada de leche en polvo
- 25 ml de brandy
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 yema
- 125 ml de agua
- 200 gr de margarina para feite u hojaldre
- Harina para extender

Para el relleno

- 200 gr de queso crema
- 100 gr de queso doble crema
- 2 huevos
- 100 ml de leche condensada
- 25 gr de fécula de maíz

Para decorar

- 1 huevo para barnizar
- 1 kg de fresas fileteadas

- Rodillo

Manera de preparar:

1. Para el hojaldre, haz una fuente con la harina. Coloca en el centro la leche, el brandy, la sal, la yema y el agua poco a poco; amásala hasta obtener una masa suave. Deja reposar durante 10 minutos.
2. Extiende en forma de cruz dejando un montículo en el centro. Pon la margarina sobre el montículo, cubre la margarina con las lengüetas de la masa. Espolvorea con harina la mesa y con el rodillo extiende. Da dos vueltas de cartera y deja reposar por 10 minutos con un paño húmedo y dale otras dos vueltas.
3. Mete en una bolsa de plástico y mete al refrigerador durante 24 horas. Saca del refrigerador.
4. Da otra vuelta y extiende un rectángulo de 1/2 cm de grosor y 50 cm de largo por 40 cm de ancho.
5. Para el relleno, licua los ingredientes; reserva.
6. Pon a la pasta suficiente relleno con fresas, enrolla sellando con el huevo batido y barniza. Hornea a 200 °C por 50 minutos.
7. Saca del horno y decora al gusto.

Escuela

Maya

Gastronómica y de Repostería.

¿Te gustaría aprender el arte de la repostería?

Inscríbete en el diplomado como técnico repostero 100% práctico.
16 módulos semanales.
Incluimos materia prima.
Nuestros cursos se imparten:
Semanales y sabatinos.
Cursos especiales de acuerdo a tus necesidades.
Capacitación foranea.

*Decoración de pasteles para eventos especiales.
*Panadería mexicana
*Bocadillos canapés
*Confitería (chocolate)
*Gelatina artística
*Pastelería individual
*Pastelería tradicional
*Brownies y muffins
*Panadería árabe
*Pays y tartas
*Galletas
*Panes de mesa
*Panadería integral
*Panadería francesa
*Decoración de Fondant
*Pastelería de queso
*Tamales
*Tacos de canasta
*Navideños

Cursos para elaborar bombones artísticos y de malvavisco, así como galletas

Venta de bases de pasteles mayoreo o menudeo

Xocotitlán No.6038
Col. Aragón Inguarán
Cerca del metro Talismán
Tel.: 57-81-84-06

Roles de amaranto y pasas

12 roles

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 1 hora

Ingredientes:

- 250 gr de harina
- 2 cucharaditas de levadura en polvo
- 1/4 de cucharadita de sal
- 70 ml de leche condensada
- 2 huevos
- 65 gr de mantequilla
- 25 gr de amaranto
- 50 gr de pasitas
- Leche condensada al gusto
- Huevo para barnizar

Utensilios

- 1 molde de 22 cm de diámetro engrasado y enharinado

Manera de preparar:

1. Forma una fuente con la harina y la levadura por fuera. Agrega en el centro la sal, leche condensada y el huevo.
2. Amasa hasta obtener un premezclado y talla la masa hasta obtener una masa suave y elástica que se despegue de la mesa.
3. Añade la mantequilla hasta integrar perfectamente. Deja reposar por 10 minutos en la charola barnizada con aceite.
4. Cubre con un plástico y refrigera durante 12 horas. Saca del refrigerador, integra el amaranto y amasa para integrar bien.
5. Extiende hasta formar un rectángulo, barniza con huevo y esparce las pasas.
6. Enrolla y corta 12 roles. Acomoda en el molde.
7. Deja reposar hasta que la masa doble su volumen, barniza con huevo y decora con más amaranto.
8. Hornea a 180 °C durante 30 minutos, decora con pasas y baña con leche condensada.

Galletas integrales

24 porciones

Ingredientes:

- 180 gr de mantequilla
- 30 gr de azúcar mascabado
- 25 ml de miel de abeja
- 25 ml de leche condensada
- 1/4 de cucharadita de sal
- 280 gr de harina
- 60 gr de harina integral
- 25 gr de salvado en hojuelas
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 1/2 cucharadita de bicarbonato
- 1 cucharada de vainilla
- Harina para extender

Para decorar

- Ajonjolí, amaranto, semillas de girasol, avena y coco

Manera de preparar:

1. Bate la mantequilla con el azúcar mascabado, la miel, la leche condensada y la sal hasta acremar a punto de pomada.
2. Agrega los polvos, previamente cernidos (las harinas, el salvado, la canela y el bicarbonato), y la vainilla en forma envolvente hasta formar una pasta.
3. En una superficie espolvorea con un poco de harina, extiende la pasta y corta pequeños círculos; barnízalos con una brocha con agua y decora con las semillas.
4. Colócalas en una charola para hornear y hornéalas a 150 °C por 20 minutos. Retira del horno y deja enfriar.

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 30 minutos

Galletas de pistache

40 galletas

Ingredientes:

- 130 gr de mantequilla
- 60 ml de leche condensada
- 1 cucharadita de esencia de pistache
- 3 yemas
- 225 gr de harina
- 1/2 cucharadita de bicarbonato
- 1 yema para barnizar
- 50 gr de pistache picados
- Harina para extender

Manera de preparar:

1. Bate la mantequilla, la leche condensada y la esencia a punto de pomada. Agrega las yemas e integra perfectamente.
2. Incorpora la harina con el bicarbonato en forma envolvente.
3. Pon un poco de harina en la mesa y extiende la pasta hasta lograr un rectángulo con un grosor de 1/2 cm. Corta las galletas con el cortador deseado.
4. Barnízalas con la yema y espolvorea con los pistaches.
5. Acomoda las galletas en la charola y hornea a 150 °C hasta que notes que las orillas ya se cocieron.

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 30 minutos

INSTITUTO GASTRONÓMICO
Del Valle

El objetivo principal del Instituto, es inculcar en sus alumnos la educación del buen gusto por crear y de la transformación artística de los alimentos interrelacionando la técnica, la creatividad, la cultura y las relaciones humanas.

El Instituto cuenta con:

Diplomado en Gastronomía. Desarrollo profesional en el Arte Culinario a nivel de un chef. Duración de 8 meses asistiendo diariamente 4 horas en turno matutino y vespertino. Cupo para 16 personas.

Diplomado en Gastronomía. Sabatino Matutino y Vespertino. Duración 1 año con sesiones de 5 horas.

Diplomado en Alta Repostería. Turno Matutino, Vespertino o Sabatino.

Además ofrece:
* Más de 15 talleres en diferentes especialidades.
* Diseño de cursos a la medida.
* Bolsa de Trabajo.
* Capacitación a empresas e Instituciones.
* Validez oficial en los Diplomados.

Lic. Lorena Camarena Pérez
Directora General
San Francisco # 1420
Col. del Valle
México DF
(01 55) 5575 9038 y 2016

Pastel de kiwi

8 porciones

Ingredientes:

Para el pan
- 3 huevos
- 75 gr de azúcar
- 5 ml de vainilla
- 90 gr de harina
- Mantequilla para engrasar

Para el jarabe
- 150 ml de agua
- 1/2 lata de leche condensada
- 1 kiwi sin cáscara y en trozos

Para la base de galleta
- 1 taza de galletas de canela molidas
- 40 gr de mantequilla

Para decorar
- 300 gr de crema chantilly
- 3 kiwis rebanados
- 50 ml de brillo

Utensilios
- 8 aros individuales de 8 cm
- 1 charola de 20 de cm

Manera de preparar:

1. Para el pan, bate los huevos con el azúcar a punto de listón; agrega la vainilla y la harina en forma envolvente. Vierte a la charola empapelada y engrasada.
2. Hornea a 180 °C durante 15 minutos o hasta que al introducir un palillo, éste salga limpio. Deja enfriar y desmolda.
3. Para el jarabe, hierve en una cacerolita el agua con la leche y el kiwi. Deja al fuego durante 5 minutos y deja enfriar.
4. Para la base de galleta, mezcla las galletas de canela con la mantequilla.
5. Coloca los aros en una charola y por dentro forma una base con la galleta y hornea a 180 °C durante 10 minutos; deja enfriar.
6. Para armar el pastel, sobre la base de galleta, coloca un círculo de pan en dos capas y con una brocha envina con el jarabe. Pon un poco de chantilly en el centro y coloca la siguiente capa de pan, envina y desmolda.
7. Cubre todo el pastel con crema batida, después cubre los lados con galleta molida, encima el kiwi rebanado en forma decorativa. Por último, barniza el kiwi.

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 1 hora y 30 minutos

Berlinesas

5 piezas

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes:

Para la masa

- 125 gr de harina cernida
- 20 gr de azúcar
- 2 gr de sal
- 3 gr de leche en polvo
- 1 huevo
- 40 ml de agua
- 2 gr de levadura
- 20 gr de mantequilla
- 300 gr de aceite
- 50 gr de azúcar para espolvorear

Para el relleno

- 1 taza de agua
- 1 lata de leche condensada
- 1 huevo
- 50 gr de fécula de maíz
- 2 cucharadas de vainilla

Utensilios

- 1 cortador de 8 cm

Manera de preparar:

1. Para la masa, haz una fuente con la harina, incorpora en el centro el azúcar, la sal, la leche y el huevo. Amasa hasta tener un premezclado.
2. Agrega el agua poco a poco y la levadura.
3. Añade la mantequilla poco a poco hasta incorporar. Amasa hasta obtener una masa suave, lisa y elástica.
4. Deja reposar hasta que doble su volumen, extiende la masa haciendo un rectángulo.
5. Con ayuda del cortador corta porciones y deja fermentar hasta que doble su volumen.
6. Calienta el aceite y fríe las berlinesas una por una. Escurre. Cuando aún estén calientes espolvorea con azúcar.
7. Para el relleno, hierve en una cacerola el agua con la leche. Por separado mezcla el huevo y la fécula diluida en agua. Cuando la leche suelte el hervor agrega la mezcla de fécula y la vainilaa, sin dejar de mover hierve durante 5 minutos.
8. Deja enfriar y rellena las berlinesas con esta crema.

Mousse de **5 frutas**

8 porciones

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 30 minutos

Tip: recuerda que cada que vacíes una de las mezclas, ladea un poco el recipiente para darle un bonito diseño.

Ingredientes:

- 1 manzana
- 1 kiwi
- 1 mango
- 5 fresas
- 100 gr de cerezas
- 150 gr de azúcar
- 250 ml de agua
- 15 gr de grenetina
- 1/2 litro de crema para batir
- 1 lata de leche condensada

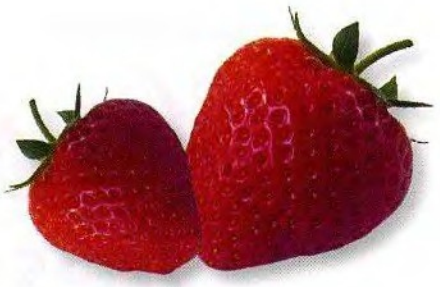
Utensilios

- 1 aro o molde desmontable de 18 cm

Manera de preparar:

1. Hierve cada una de las frutas con 30 gr de azúcar y 50 ml de agua, retira del fuego y agrega ½ cucharada de grenetina por cada fruta sin dejar de mover, para que no se hagan grumos. Licua y reserva las pulpas.
2. Bate la crema bien fría con la leche condensada hasta que tenga consistencia firme y separa en cinco porciones diferentes y mezcla con cada pulpa.
3. Vacía uno por uno en el molde, espera que cuaje entre cada uno.
4. Al agregar la última porción, mete al refrigerador durante 15 minutos más, desmolda y decora al gusto.

La fresa



- Antes de utilizar las fresas es importante lavarlas de la siguiente manera: Enjuaga varias veces en un tazón de vidrio o plástico con agua, hasta que ésta ya no tenga tierra. Colócalas nuevamente en agua y añade bactericida para desinfectarlas por media hora.
- Sin haber retirado las hojas y el rabo, escurre, seca con un trapo limpio y no las frotes.
- No les quites las hojas porque absorberán mucha agua y no tendrán consistencia.
- No las vuelvas a enjuagar, pues como el agua no es 100% potable se contaminan.
- Al momento de servirlas, córtales la parte de las hojas con un cuchillo.

- Las fresas maduras deben conservarse a la sombra y en un lugar resguardado del calor y de la humedad.

Beneficios de la fresa

- La fresa contiene hierro, ácido fólico, ácido salicílico y vitamina C.
- Es una fruta con propiedades diuréticas y antirreumáticas que ayudan contra el ácido úrico, gota y artritis.
- Es ideal para disminuir el nivel de colesterol en la sangre.
- Es antinflamatoria y astringente (contra la diarrea).
- Es mineralizante, tiene virtudes antianémicas y reconstituyentes.
- Es una fruta muy adecuada en el crecimiento de los niños.
- Sirve para eliminar toxinas del cuerpo pues es una fruta depurativa.
- Es adecuada en regímenes dietéticos, y se recomienda para las personas que padecen diabetes.
- Por su contenido en boro se recomienda su consumo durante la menopausia.
- Las hojas machacadas de la fresa y aplicadas sobre la piel constituyen un buen remedio para evitar las arrugas.

Usos

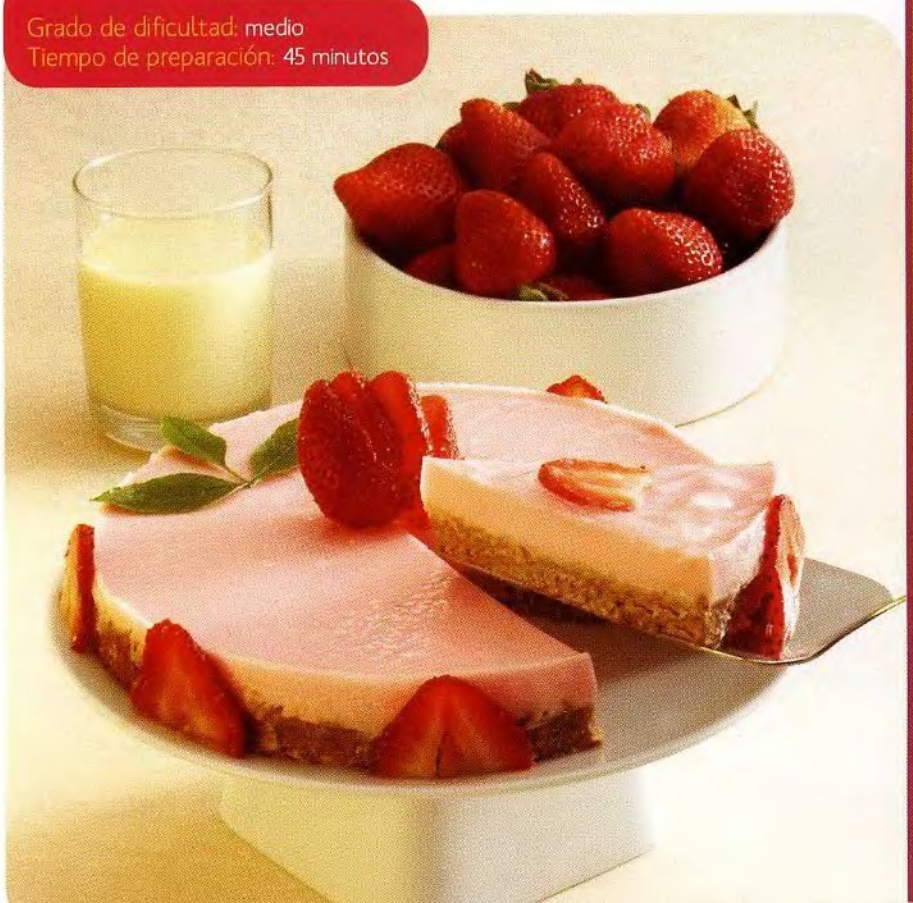
Es muy utilizada en la elaboración de mermeladas y pasteles. Sus hojas tiernas se pueden consumir como verdura.

Guanajuato y Michoacán son dos de los estados de la República Mexicana que cultivan la fresa.

Pay de yoghurt de fresa

8 porciones

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 45 minutos



Ingredientes:

Para la base de galleta

- 1/2 paquete de galletas Marías
- 30 gr de mantequilla fundida
- 1 cucharada de canela en polvo
- Fresas para decorar

Para el relleno de yoghurt

- 1 cucharada de grenetina natural
- 3 cucharadas de agua
- 350 ml de yoghurt de fresa
- 1/2 lata de leche condensada

Utensilios

- 1 molde para pay de 20 cm

Manera de preparar:

1. Muele las galletas hasta que estén pulverizadas. Agrega la mantequilla y la canela en polvo; mezcla todo perfectamente.
2. Forra el molde para pay con la galleta y hornea a 180 °C durante 10 minutos; deja enfriar.
3. Hidrata la grenetina con el agua. Añade el yoghurt y la leche, moviendo para evitar que se corte, cuando ya esté perfectamente mezclado coloca sobre la base de galleta y congela.
4. Saca del refrigerador, coloca las frutas a tu gusto.

Lo mejor de la...
Leche Dulce

Edición Mensual
Octubre, 2008

Editora: Janette Belman Gay
Coeditora: Chef Ma. del Refugio Delgado
Fotografía: Alejandro Vera Acho e Isabel Martínez
Diseño: María Teresa Bañales y Lucío Eduardo Romero Munguía
Chefs: María del Rocío de la Torre
Corrección de estilo: A. Ruth Santos Hernández y Jorge Cruz Benítez

Radar Editores, S.A. de C.V.

Presidente: Carlos Flores Muñoz †
Director general y Editor responsable: Germán Flores Trujillo
Director administrativo: Carlos Flores Suárez
Subdirectora editorial: Edith Cabrera Fermoso
Subdirector creativo: Antonio Alfaro Patiño
Gerente administrativo: Emmanuel Sánchez Becerril
Gerente de producción: Antón Barbosa Castañeda
Gerente de mercadotecnia: Antonio Trejo Martínez
Gerente de circulación: Graciela Ramírez Fonseca
Gerente de relaciones públicas: José Luis Flores Suárez
Oficinas: Salvador Díaz Mirón No.154, Col. Santa María la Ribera, C.P.06400 Tel.: 85-89-95-70 al 76

Fotomecánica: Ediciones y Recursos Tecnológicos, S.A. de C.V.
Impresión: Editorial Mina, S.A. de C.V., Tokio No. 424 Col. Portales C.P. 03300, México, D. F.
No. de expediente de licitud de título y contenido: 1/432"03"/16385
Certificado de licitud de título: 12585
Certificado de licitud de contenido: 10157
No. de reserva de derechos al uso exclusivo: 04-2007-111412115600-102

Distribución D.F. y zona conurbada: Unión de Expendedores y Voceadores de Periódicos de México, A.C. Guerrero No. 50, Col. Guerrero, C.P. 06350. Por medio del Despacho Everardo Flores Serrato, S. A. de C. V. Serapio Rendón No. 87, Col. San Rafael, Del. Cuauhtémoc, C.P. 06470, México, D. F.
Distribución foránea: CODIPLYRSA, Serapio Rendón No. 87, Planta Alta, Col. San Rafael, Del. Cuauhtémoc, C.P. 06470, México, D. F.
Distribución locales cerrados: DIMSA, Mariano Escobedo No. 218, Col. Anáhuac, Del. Miguel Hidalgo, C.P. 11320 México, D. F.
Distribución en Estados Unidos, Centro y Sudamérica: Enlace Comercial Génesis, S.A. de C.V., Av. Ceylán No. 517, Col. Industrial Vallejo, C.P. 02300, México, D. F.

*La revista **Lo mejor de la leche dulce** investiga sobre la seriedad de sus anunciantes, pero no se responsabiliza del contenido de los anuncios ni de las ofertas realizadas por los mismos. Ello es responsabilidad de los autores.*

Ventas de publicidad
Rafael Chávez Juárez
Director comercial y de servicios empresariales
85-89-95-70 al 76 ext. 226
Correo electrónico:
publicidad@radareditores.com
Juan José Jiménez C.
juanjose_jimenez05@yahoo.com.mx
Israel Soto Contreras
sotored@hotmail.com
Gustavo Contreras González
Director de publicidad

Relaciones públicas
Eva Zamora
85-89-95-70 al 76 ext. 224
ezamora@radareditores.com
Georgina Ramírez Navarrete
ginarn19@hotmail.com

Atención al lector
Rocío Espinos Hernández
85-89-95-78 y 79
Lada sin costo:
01-800-8135005 y 01-800-8135008
Correo electrónico: atencionclientes@radareditores.com

Tarta de fresa y nuez

8 porciones

Ingredientes:

Para la pasta

- 125 gr de mantequilla
- 1/4 de lata de leche condensada
- 1 huevo
- 225 gr de harina
- 1 cucharadita de nuez moscada en polvo
- 25 gr de nuez molida
- 150 gr de fresas
- Harina para extender

Para la crema pastelera

- 1 taza de agua
- 3/4 de lata de leche condensada
- 1 cucharada de vainilla
- 50 gr de fécula de maíz
- Color vegetal amarillo al gusto
- 2 huevos
- 1/2 taza mermelada o brillo

Utensilios

- 1 molde para tarta de 22 cm

Manera de preparar:

1. Para la pasta, bate la mantequilla con la leche condensada hasta acremar y blanquear. Agrega el huevo poco a poco e integra. Incorpora la harina, la nuez moscada y la nuez molida en forma envolvente hasta integrar. Refrigera durante 10 minutos.
2. Espolvorea con harina la mesa y extiende la pasta ligeramente más grande que el molde. Fórralo con la pasta y retira el sobrante.
3. Hornea a 180 °C por 25 minutos. Deja enfriar y desmolda.
4. Para la crema pastelera, calienta el agua, la leche y la vainilla; deja hervir. En un tazón mezcla la fécula de maíz, el color y añade los huevos. Vierte un poco de la leche hirviendo y regresa al fuego. Bate enérgicamente con un batidor hasta que espese y se cueza por 15 minutos. Retira y deja enfriar.
5. Rellena la tarta con la crema y decora con las fresas y aplica mermelada o brillo caliente.

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 30 minutos

Pastel frasier

Ingredientes:

Para el pan

- 5 huevos, separadas las claras de las yemas
- 125 gr de azúcar refinada
- 150 gr de harina
- 1/2 cucharadita de polvo para hornear
- Mantequilla y harina para el molde

Para la crema mousseline

- 1 lata de leche condensada
- 1 taza de agua
- 3 yemas
- 40 gr de fécula de maíz
- 2 cucharadas de vainilla
- 80 gr de mantequilla
- 1/3 de taza de licor de naranja

Para la cubierta

- 30 gr de margarina
- 300 gr de azúcar glass
- Color vegetal rosa

Para el relleno

- 350 gr de fresas
- 1 taza de jarabe

Utensilios

- 1 molde desmontable de 22 cm

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 50 minutos + horneado y refrigeración

Manera de preparar:

1. Para el pan, bate las claras a punto de turrón, agrega el azúcar poco a poco sin dejar de batir hasta obtener un merengue firme. Agrega las yemas en forma envolvente. Vierte la harina con una coladera y el polvo para hornear; integra suavemente. Vacía al molde engrasado y enharinado. Hornea a 180 °C por 20 minutos o hasta que esté bien cocido. Desmolda y deja enfriar. Corta el pan en tres capas.
2. Para la crema, hierve la leche y el agua; por separado mezcla las yemas, la fécula, e integra. Agrega una taza de la leche que hirvió, disuelve y regresa todo a la olla. Cocina sin dejar de mover hasta que espese y se cueza; retira del fuego.
3. Cuando la crema esté tibia agrega la mantequilla y el licor, bate y reserva.
4. Para la cubierta, bate la margarina hasta quedar suave y agrega azúcar glass poco a poco, hasta obtener una pasta suave y manejable. Incorpora el color.
5. Para el montaje, coloca fresas partidas al rededor y una capa de pan dentro del molde desmontable. Humedece con jarabe, agrega una capa de crema y repite el proceso con la siguiente capa. Coloca la tercera capa de pan y alisa con crema. Refrigera dos horas.
6. Extiende la pasta de la cubierta espolvoreando con azúcar glass en la mesa, recoge con un rodillo y cubre la superficie. Corta el sobrante y desmolda el pastel. Decora al gusto.

Pastel helado de **fresas**

10 porciones

Ingredientes:

Para el helado de fresa

- 1 taza de crema
- 1 lata de leche condensada
- 1 pizca de sal
- 1 cucharadita de vainilla
- 10 fresas
- 1 taza de natas
- 1 cucharada de grenetina en polvo
- 1/2 taza de agua
- 1 taza de mermelada de fresa
- Galletas rectangulares de canela
- Láminas de chocolate para decorar

Utensilios

- 1 tazón de acero
- 10 moldes redondos de 10 cm o un molde de 22 cm
- Papel encerado

Manera de preparar:

1. Para el helado, licua la crema, la leche condensada, la sal, la vainilla, las fresas licuadas y las natas. Vierte y lleva al congelador dos horas. Saca, bate por un minuto, congela nuevamente dos horas y vuelve a batir. Congela hasta el otro día.
2. Forra el molde por dentro con papel encerado. Vierte una capa de helado y lleva al congelador durante una hora.
3. Hidrata la grenetina con el agua. Calienta la mermelada, cuando comience a hervir, agrega la grenetina hidratada, mezcla y retira del fuego.
4. Deja enfriar y vierte sobre el helado. Coloca una capa de galletas y congela. Hasta el otro día.
5. Desmolda y decora al gusto.

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 35 minutos + congelación

RADAR EDITORES

Lo mejor de la... Leche Dulce

Lo mejor de la... Leche Dulce 68

Lechera

Deliciosos postres con Fresas

PRINT IN MEXICO
$18.00 USD 2.99 www.radareditores.com
7 503006 783654 68

Grado de dificultad: medio
Tiempo de preparación: 30 minutos + horneado

Poema de **limón** y **queso**

12 porciones

Ingredientes:

- 500 gr de queso crema
- 50 gr de mantequilla
- 1/2 lata de leche condensada
- 3 huevos
- 50 ml de leche
- 125 ml de crema
- 25 gr de fécula de maíz
- 1 cucharadita de vainilla
- 4 limones, el jugo y la ralladura
- 100 gr de fresas
- 3/4 de taza de glasé rojo
- 1 taza de crema batida
- 1/2 taza de mantequilla para engrasar
- 1/2 taza de pan molido

Utensilios

- 1 manga con duya rizada
- 1 molde de 22 cm de diámetro

Manera de preparar:

1. Engrasa y empaniza el molde. Bate el queso y la mantequilla hasta suavizar y esponjar. Agrega la leche condensada poco a poco sin dejar de batir.
2. Agrega el huevo uno a uno e integra. Continúa batiendo para que se esponje.
3. Por separado, mezcla la leche, la crema, la fécula de maíz, la vainilla y el jugo de limón; mezcla perfectamente, integra a la mezcla anterior poco a poco y continúa batiendo.
4. Vierte al molde y hornea a baño María a 170 °C, por 50 minutos o hasta que esté firme del centro y haya tomado color.
5. Deja enfriar, desmolda y decora la superficie con las fresas y el glasé.
6. Decora el contorno con crema batida utilizando la manga y duya.

Helado de **choco** menta

8 porciones

Ingredientes:

- 1 taza de crema
- 1 lata de leche condensada
- 1 pizca de sal
- 2 cucharaditas de vainilla
- 1/2 taza de licor de menta
- 1 taza de leche
- 150 gr de chocolate semiamargo picado en trocitos

Utensilios

- 1 tazón de acero o aluminio

Manera de preparar:

1. Licua la crema, la leche condensada, la sal, la vainilla y el licor. Reserva.
2. Hierve la leche y agrega el chocolate semiamargo; integra lo licuado.
3. Vierte al tazón y lleva al congelador por dos horas; saca, bate por un minuto y congela nuevamente otras dos horas. Vuelve a batir y congela hasta el otro día.
4. Sirve el helado acompañado con galletas o a tu gusto.

Tip: El sacar, meter al congelador y batir son los que dan la textura a tu helado.

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 40 minutos

12 porciones

Sorpresas panquecitos hojaldrados

Grado de dificultad: fácil
Tiempo de preparación: 35 minutos + reposo y horneado

Ingredientes:

- 500 gr de pasta de hojaldre

Para el relleno

- 200 gr de mantequilla
- 1/2 lata de leche condensada
- 4 huevos
- 240 gr de harina
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 40 gr de fécula de maíz
- 1 taza de crema batida
- 12 fresas limpias y desinfectadas

Utensilios

- 1 placa de panquecitos

Manera de preparar:

1. Divide la pasta en dos partes y espolvorea con harina la mesa. Extiende una parte y forra el molde. Reserva. Extiende la otra mitad y reserva.
2. Para el relleno, bate la mantequilla con la leche condensada hasta acremar, agrega el huevo uno a uno e incorpora. Integra los polvos cernidos en forma envolvente. Con esta mezcla rellena los huecos de pasta de hojaldre.
3. Barniza con agua la superficie de pasta y coloca la cubierta de pasta. Con un cuchillo corta para que queden separados. Reposa 30 minutos a temperatura ambiente
4. Hornea a 180 °C por 35 minutos o hasta que la pasta se haya secado y tome color. Desmolda y deja enfriar.
5. Decora la superficie con crema y coloca la fresa.